

# 利用吸管作為治療工具

作者：莎拉蘿森菲德-莊臣，理學士， CCC-SLP

1999 年 5 月 31 日在美國 Advance 發表

版權所有©1999 年莎拉蘿森菲德-莊臣，M.S.， CCC-SLP

電影編劇作家和小說家都知道，一個快速進入故事情節的路徑，就是要透過一個可靠的戲劇工具：食物。言語治療師也沒有不同。這篇文章是我兩部分系列的第一個，探索如何運用簡單的工具促進各種言語障礙的治療。第一支工具 - 吸管 - 可以運用在很多的受訓者身上。吸管運用的主要目標，在於針對不足夠的舌頭收縮。無論受訓者是因為吐舌而導致/s/音發不清楚，又或患有其他語音障礙，這個治療都能增強言語表達的清晰度。對於患有咽顎功能不足，或從大腦血管意外(CVA)康復中的受訓者，治療吸管都會有用。在這類及其他很多的個案中，特別順次排列的吸管被運用於一個層次式的訓練當中，能針對特定的口部活動。

在言語治療中使用吸管並不是不常見，在很多年以前，吸管就已經是餵食治療和圓唇練習中一個重要的工具。從受訓者的角度看，吸管是為有趣的，而飲料是一個獎賞。從治療的角度看，吸管比傳統的實踐能承諾處理更多障礙和肌肉組織。大約在十二年前左右，當時我才剛剛開始使用吸管來做餵食或圓唇的目標，我發現它能改進舌頭收縮（因此提高了說話清晰度）；對於這個副作用，我也感到震驚。自那時候開始，吸管就成為我最重要的療法工具之一。

傳統的治療方法一開始就假設舌頭的肌肉功能充足。傳統的療法的是，如果我說「球」的時候，你聽著我說（聽覺的刺激）；我說的時候，你看著一個球（視覺的刺激）；以及你拿著一個球（觸覺刺激）；透過這種多重感覺的方法，你就獲得說「球」的能力。口部肌肉治療法（Oral Motor Therapy）卻不是這樣訓練的，尤其是對於我們

那些視覺或聽覺能力減弱了的，需要特殊教育的受訓者而言。口部肌肉治療主張感知資訊必需發生在口腔內；言語治療師必須要將一些東西放到受訓者的嘴巴裏去增加他們口腔內的感知覺，就這樣，從一系列層次式的訓練中，加強目標肌肉組織的力量。口部肌肉的發展和控制是很重要的先決條件，容許言語治療師往後利用傳統的說話清晰度療法。

現在，讓我們討論一些基本的理論。在英語裏面，要連續的講話(coarticulation)和擁有說話清晰度，我們要將舌頭的後部穩定於上顎的後部。然後，無論我們的舌頭需要怎麼做，它也是從這個穩定的位置開始移動。舌頭有四個基本的活動：1) 縮入/伸出，2) 舌根提升/下壓，3) 舌尖提升/下壓，4) 舌邊擴展。嬰孩初出生時，他們的舌頭從休息的位置開始活動，大約有 50% 的向後縮入和 50% 向前伸出的活動，這就是吸吮(suckle)。當小孩開始長大了和開始用匙羹和杯子餵食以後，他們的舌頭便能達致 75% 的縮入以及 25% 的伸出。他們吃東西的時候不會把舌頭伸出。如果孩子會這樣做，那他們就會有餵食的問題。吸管常常會被用作治療工具，因為，它至少也能把舌頭的活動推回 50%/50%的吸吮模式。但是，我們沒有在這裡就停下來的理由，而且，如果治療在這裏就停止，我會爭辯說，允許受訓者吸吮吸管是錯誤的治療。吸吮可能會加劇舌頭吐出的情度。（我應該提及，吸杯(sippy cup)，一件普及的餵食工具，會鼓勵吸吮，不能達到 75%/25% 的縮入/伸出的目標。）

透過繼續使用一系列愈加複雜的吸管和更濃稠的飲料，我們可以教導舌頭收縮的力量。目標

香港思進言語治療中心 言語治療師/

ITI TalkTools 認可口部肌肉治療師 王春燕 譯

版權所有© 不得翻印

TalkTools®/ Innovative Therapists International



3420 N. Dodge Blvd., Suite 148, Tucson, AZ

[www.talktools.net](http://www.talktools.net)

是要達到靠近 75% 的收縮；以及達到那個穩定的位置。舌頭的後部能被穩定的收縮，可以允許舌頭向兩邊後面的大白齒移動；這亦正是有效地咀嚼食物所需要的舌頭活動。在這個里程碑，我們的受訓者能獲得更獨立自主的餵食能力和營養的改善，這兩者很對於未能進展到好好地使用杯子或勺子的小孩很重要。

治療吸管是怎樣達致說話清晰度的目標？患有吐舌型語音障礙的小孩或成人欠缺了舌頭後縮這個重要的元素。將舌頭穩定於門牙之間，而不是藉後縮位置達到穩定性的受訓者，會把語音前置(fronting)。如果一名受訓者在發出/t/、/d/或/n這些需要穩定後縮的語音時將舌頭吐出，那這些聲音的掌握必須在/j/、/q/或/x/ (英語: /s/或/z/音; 廣東話: /s/音)以前被糾正。如果一個發展上正常的三歲兒童在發出/n音時將舌頭吐出，那就已經存在問題。事實上，任何三歲的兒童在發出/t/、/d/或/n時將舌頭吐出都需要被幫助，將舌頭縮回；再說，任何的小孩被確定是由於舌頭吐出於門牙之間而患有語音障礙，而且仍在吸吮，無論是奶瓶，杯子或吸管，都會維持他的誤音。(如果一個發展正常的四歲兒童在發出/t/、/d/或/n音時沒有吐出舌頭，有正確的舌頭後縮，在發出/s音時卻吐出舌頭，那有可能這個誤音只是發展遲緩，不需要治療干預。)

我們如何將受訓者放到治療吸管訓練上，以及在什麼年齡或階段進入療法？肌肉可以在任何年齡被強化；一歲或一百歲。這些技巧可以在任何時候被運用，但是愈年輕便會愈容易。

被識別出患有障礙的孩子，可以在早到一歲時開始訓練。我們很多唐氏綜合症的受訓者在很早便開始治療，因為我們訓練的概念是後縮，是一個關鍵的口部肌肉技巧，並串聯到其他口部肌肉活動。其他被診斷為低張的受訓者也能獲益於這

早期的干預。很多這類的小孩在兩歲，三歲或四歲時還在使用奶瓶吸吮。幾乎在所有的案例中，吸管治療在兩歲便可以成功地被推行。有些小孩需要過渡期的協助，我會使用瓶身可被擠壓的「蜂蜜小熊瓶」，空的，乾淨的，裝滿略厚的飲料和改用一根新的吸管。小孩還可以自己拿著「蜂蜜小熊瓶」，學習使用吸管將飲料吸進嘴巴。患有肌肉低張的小孩可能在開始的時候不能夠將飲料吸起，照顧者可以輕輕的擠壓瓶子作為協助。

吸管吸飲是什麼？正常的吸管吸飲要求下顎骨，嘴唇和舌頭複雜的動作；透過這些活動的協調，建立一個真空的吸啜。我們發出的每個語音也是用這些不同的分級調控活動的組合製造出來。

在過去的多年中，我建立了一組不同程度的吸管，每一支吸管也針對這些分級調控活動的某一個部份。在普通吸管的初部試驗之中，治療的效果局限及不穩定，我便找出所有被生產的吸管，在必要時作應急配備。最終我要找製造商自訂一些具備我需要的特別屬性的吸管。

這個吸管的層次從連續不斷的吸飲進展到一口一口地吸飲的技巧；然後改變吸管的直徑，長度，吸管彎曲的形態，結構的複雜性以至唇墊的運用，從稀薄的飲料進展到濃稠的飲料。

如何開始這套療法？開始的時候，要確定受訓者是在穩定的位置坐端正來吸飲 - 我會給他們一支簡單的，直的，普通直徑的吸管，讓他們自行使用它，看看他們通常會怎樣使用它。我會把我的手指頭放在吸管進入他們嘴巴的位置，以便我可以拿出吸管，和測量吸管從嘴巴的進入點到是口腔內部的長度。在這個階段你要觀察幾件事情。吸管在他們的嘴裡面是多於 1/4 到 1/2 英寸嗎？如果是這樣，那他們便正在吸啜或咬合它。受訓者用牙齒咬合著吸管嗎？如果是，

那他便有下顎骨不穩定的跡象。治療吸管所使用的正確的位置應該是穩定的下顎骨，舌頭後縮和圓唇，來允許輕鬆的吸飲。

在層次式訓練的第一支吸管要被裁剪到我在上面所測量出的長度。吸管有一片唇墊，可以鼓勵密封和圓唇。在以後的治療課堂中，當受訓者表現出進展，我會在孩子不知道的情況下減少從唇墊到吸管末端的長度，直到受訓者能達到最基本的後縮和圓唇。此刻，受訓者就被認定是能夠從吸管治療式地吸飲，那我就可以自由地透過我的層次式訓練，使用餘下的吸管做治療。受訓者要帶這些吸管回家，每天利用它們，喝所有稀薄的飲料。當他們有進步了，便可以使用層次治療中特別的吸管，去吸飲濃稠的飲料和菜泥狀的飲料等。受訓者要利用這些吸管，每天喝 3-4 盎司的飲料。當每支吸管的技巧被掌握了，又或變得太空容易，我便會使用下一支去做訓練。對於一些受訓者來說，就好像正常發展的，只有語音不清的個案，有可能是一個星期換一支新的吸管。對於這些受訓者，成功的療程可能只需要持續到四個月。

其他的受訓者就取決於他們的診斷，例如對於腦癱，療法還是有效的，但有可能需要持續一段更長的時間。患有唐氏綜合症的受訓者可能需要一到兩年的時間去完成整個療程，我們經常看到此類療法能在他們長大以後，減少言語治療所需的時間。正在處理特定的語音問題的言語治療師，可以看到吸管治療對於/d, t, n, l, g, k, j, q, x, zh, ch, sh, r, 和 y/ 音 (英語: /t, d, l, n, k, g, s, z, ch, sh, j, 和 r/音; 廣東話: /t, d, l, n, k, g, x, j/音) 的標準發音是有效果的。

患有咽顎閉合功能不足的受訓者是另一類能

獲益於吸管治療的人士。對於他們，吸管治療能增加舌頭後縮，改變共鳴和提升軟顎。從大腦血脈管意外(CVA)康復中的受訓者，經常會出現嘴唇不對稱的現象。治療的吸管可以將他們的嘴唇訓練到對稱的中線位置，因此能改善說話清晰度。

利用吸管治療的一個額外優勢是，不論受訓者的認知能力如何，同樣地可以得到效果。那是治療的結果，(舌頭後縮和舌頭的分級調控)，對一個患有嚴重認知障礙的，只有有限的或沒有語言技巧的受訓者，他是幾乎與發展上正常小孩或成人一樣，得到了相同的治療效果。吸管治療是所有口部肌肉治療師和言語治療師可以在治療中添加的一件重要的工具。



3420 N. Dodge Blvd., Suite 148, Tucson, AZ

[www.talktools.net](http://www.talktools.net)

香港思進言語治療中心 言語治療師/

ITI TalkTools 認可口部肌肉治療師 王春燕 譯

版權所有© 不得翻印

TalkTools®/ Innovative Therapists International